

Виховання лідерських якостей у студентів на заняттях спортивною аеробікою

С. М.Криворучко, Ю.Г.Подольак

*Національний аерокосмічний університет ім. М.Є. Жуковського
«Харківський авіаційний інститут»*

Постіндустріальне сьогодення вимагає від сучасної молоді відповідних дій, що зумовлені високим розвитком особистості, потребує ефективних лідерів у всіх сферах життєдіяльності.

Щоб стати лідером необхідно володіти або розвинути в собі певний набір якостей та рис характеру. Лідерські якості по-різному впливають на процес розвитку й становлення особистості лідера, але виділяти одну-дві головні неможливо.

Лідер стикається з різнобічними проблемами і завданнями для їх вирішення необхідний широкий спектр лідерських якостей.

Головні лідерських якості, розвиток яких дозволить стати студентам лідером сьогодення це - необхідність бути лідером у своєму житті, перспективне бачення, відкритість, мужність, рішучість, енергійність, позитивний погляд на речі, вміння слухати, уважність і критична настроєність, упевненість і спокій, гнучкість і чутливість, орієнтованість на результат, вміння визнавати свої помилки, здатність постійно вчитися, правильна самооцінка, пристрасть до роботи, вміння запалювати людей, харизматичність, компетентність, щедрість.

На наш погляд, заняття студентів у групах спортивної аеробіки, найкраще дозволяють визначити, удосконалити, а саме головне постійно проявляти лідерські якості.

Тренувальні заняття сприяють цілеспрямованому вихованню позитивних почуттів, емоцій, вихованню творчої активності до виконання ускладнених елементів. Саме через групові заняття аеробікою у студентів формується досвід міжособистісних стосунків, зростає взаємозв'язок і взаємодія між собою і викладачем.

Вдосконалення пластики, розвиток музичного слуху, почуття ритму, тренування м'язової, серцево-судинної та нервової систем, духовне збагачення, виховання естетичних почуттів, уяви і творчої фантазії – все це забезпечує мистецтво спортивного танцю.

Різноманітні танцювальні вправи в основному виступають в ролі засобу безсловесного збагачення і розрядки емоційної напруги, дарують естетичну насолоду і радість, допомагають перебороти хворобливу сором'язливість і замкнутість, і оздоровляють одночасно

фізично і духовно. Збагачують і розширюють світ людських понять і почуттів, облагороджують особистість, пробуджуючи в ній усе краще.

Через розвиток цих якостей ми розглядаємо можливості гармонійного розвитку особистості студента, тобто саме духовно-фізичний розвиток є основою життя та формою суспільної свідомості.

Привабливість танцювальних вправ з спортивної аеробіки, особливо серед студентів, полягає в їхньому природному бажанні бути красивими, граційними. Важливим мотивом є бажання навчитися пластично і граційно рухатися. Креативність та можливість заявити про себе провідні мотиви сучасної молоді людини. За допомогою танцювальних вправ проходить формування краси рухів під музику, виразність почуттів і емоцій, граційність поз і жестів, прояв духовних якостей особистості студента через музично-ритмічну діяльність, формування свідомого ставлення до свого духовно - фізичного розвитку.

Виховання студентів на основі поглибленого вивчення спортивної аеробіки забезпечує істотне підвищення функціональної і фізичної підготовленості їх організму, рівня розвитку психомоторних здібностей, сприяє та забезпечує формування лідерських якостей.